Municipalité de Laurierville

MRC de L'Érable

Rapport sur les environnements favorables

Constats et recommandations



Centre de santé et de services sociaux
d'Arthabaska-et-de-l'Érable
Affilié universitaire



2013

INTRODUCTION

Le 26 août 2013, divers acteurs de la municipalité de Laurierville se sont réunis pour recevoir la formation sur les environnements favorables offerte par Arthabaska-Érable en Forme, en collaboration avec le Centre de santé et de services sociaux d'Arthabaska-et-de-l'Érable (CSSSAE) et le Centre local de développement de L'Érable (CLD). Cette session de sensibilisation permet aux milieux de mieux comprendre l'effet des environnements physique, socioculturel, économique et politique sur les habitudes de vie des gens. De plus, elle rend possible une réflexion sur les moyens disponibles afin d'agir de façon à créer des environnements favorables aux saines habitudes de vie dans un contexte où la sédentarité et la mauvaise alimentation représentent des tendances à l'échelle nationale.

Les avantages d'une telle session sont les suivantes :

- Dynamiser la municipalité
- Favoriser le bien-être de tous les citoyens
- Contrer l'exode en offrant un milieu de vie attrayant
- Améliorer l'offre de services et la qualité de vie
- Favoriser un sentiment d'appartenance au milieu
- Augmenter les contacts humains
- Travailler en faveur de la santé des jeunes, des adultes et des aînés

Puisque la mission d'une municipalité consiste à :

- Assurer les services aux citoyens
- Assurer le bien-être de la population
- Assurer une qualité de vie aux gens
- Assurer un développement économique et démographique de son milieu
- Sensibiliser la population
- Concerter les citoyens autour de comités et lors des élections pour favoriser l'implication citoyenne

La session sur les environnements favorables est toute indiquée pour les municipalités qui souhaitent se mettre en action pour favoriser le bonheur de petits et grands.

La municipalité de Laurierville s'est montrée intéressée à un volet personnalisé suite à une formation offerte aux maires de la MRC. Afin de déterminer les constats du milieu et d'émettre des recommandations adaptées, les gens présents ont répondu à un questionnaire inspiré de *Municipalité Active*. Par la suite, l'agente de développement d'Arthabaska-Érable en Forme, la kinésiologue et l'organisatrice communautaire du

CSSSAE et l'agente de développement rural du CLD se sont réunis pour analyser les réponses et faire des propositions au milieu, en lien avec la politique familiale existante. Dans ce rapport, vous y trouverez des constats tirés du questionnaire ainsi que des recommandations liées à des programmes, des campagnes, des subventions et des leviers existants afin de pouvoir agir sur les environnements favorables dans votre municipalité. Par conséquent, si vous souhaitez réaliser la mise en place de ces projets, un accompagnement sera disponible via les organisations participantes.

Pour toute information supplémentaire, n'hésitez pas à contacter les personnes responsables de l'analyse.

Mélissa Ratelle
Agente de développement
Arthabaska-Érable en Forme
819.752.2444 poste 4272
melissa.ratelle@mrc-arthabaska.qc.ca

Mélanie Robidas
Kinésiologue – Équipe de promotion des saines habitudes de vie
CSSSAE
819.751.8511 poste 2207
melanie_robidas@ssss.gouv.qc.ca

Marie-Claude Dubé
Agente de développement rural
CLD de L'Érable
819.362.2333 poste 227
mcdube@cld-erable.qc.ca

Isabelle Tourigny
Organisatrice communautaire – Équipe de promotion des saines habitudes de vie
CSSSAE
819.751.8511 poste 2280
isabelle_tourigny_csssae@ssss.gouv.qc.ca

Qu'est-ce qu'un environnement favorable ?

Au Québec, comme ailleurs dans le monde, nous faisons face à une épidémie d'obésité qui engendre :

- De nombreuses conséquences psychosociales
- Un accroissement des maladies chroniques
- Des suivis médicaux de longue haleine
- Un très lourd fardeau sur les systèmes de santé
- Une baisse de la productivité des travailleurs
- Des impacts sur la réussite éducative des jeunes
- Des incidences sur la qualité de vie des aînés

Une personne en bonne condition physique éprouve moins de difficultés à exécuter des tâches liées aux études, au travail et aux activités quotidiennes et récréatives.
Savoir et Agir, Kino-Québec

L'obésité est un phénomène individuel mais aussi, et beaucoup, un phénomène populationnel. Il faut donc, à la fois, faire appel :

- Aux comportements et aux décisions des individus
- À la société, notamment dans sa capacité à agir sur les environnements : physique, socioculturel, politique et économique pour rendre les choix sains plus faciles à faire.

Le mot loisir comprend l'ensemble des activités de temps libre qu'elles soient culturelles, sociales, en bénévolat, en plein air, en sport ou en activité physique.
Loisir et ruralité – numéro spécial – mai 2012

L'environnement favorable est l'ensemble des éléments qui entourent un être vivant.

Environnement physique : naturels, bâtis et aménagés, technologiques

Environnement politique : les décisions municipales, régionales, nationales, les politiques (documents qui définissent les orientations et les visées), l'urbanisme, l'accessibilité, les partenariats

L'environnement économique : prix, marché, pratiques commerciales, subventions, incitatifs.

L'environnement socioculturel : rapports sociaux, normes, interventions, formations, animation, campagnes, programmation, ligues, etc.

Le présent document présente l'état des données recueillies en lien avec les environnements favorables, en collaboration avec les acteurs présents dans la municipalité de Laurierville. Ce projet est mené par Arthabaska-Érable en Forme, en collaboration avec le Centre de santé et services sociaux d'Arthabaska-et-de-l'Érable (CSSSAE) et le Centre Local de Développement (CLD) de L'Érable. Les éléments que vous y trouverez font état des constats tirés lors de la rencontre avec le milieu et des pistes d'actions suggérées ou proposées pour assurer un plus grand développement d'environnements qui favorisent le bien-être de la population et sa qualité de vie. La municipalité est libre de mettre en place ou non ces recommandations.

Description de la municipalité

La population

1431 Lauriervillois, Lauriervilloises

La vie économique

La municipalité de Laurierville se distingue par la diversité de ses services et entreprises implantés sur son territoire.

La qualité de vie

Plusieurs services viennent accroître la qualité de vie à Laurierville. La municipalité compte notamment une institution financière, une bibliothèque municipale, un service de vie pastorale et une école primaire. Le service policier est assuré par la Sûreté du Québec de la MRC de L'Érable. Le service de sécurité incendie régional de L'Érable (SSIRÉ) coordonne le travail des pompiers volontaires en cas de sinistre. Les services ambulanciers, de transport adapté et de soins de santé se trouvent dans la municipalité voisine, Plessisville, à moins de 15 minutes. De plus, l'accessibilité à un service de transport collectif de L'Érable permet à la population de se déplacer facilement et à moindre coût vers d'autres municipalités du territoire. Laurierville bénéficie de plusieurs infrastructures qui permettent à la population de bouger et de socialiser : terrain de tennis, terrain de balle, parcs avec modules de jeux, salle communautaire, sans oublier une patinoire couverte et accessible autant en hiver qu'en été.
La présence de plusieurs organismes (Club de l'Âge d'Or, Cercle des Fermières, Partenaires 12-18, etc.), et comités (comité des loisirs, comité d'embellissement, comité des bénévoles, etc.) agrémente une vie communautaire enrichissante et dynamique.

Environnement physique

Conditions favorables	Défis
Présence de sentiers pédestres bien aménagés Plusieurs infrastructures : terrain de tennis, filet de badminton, terrain de balle, patinoire (utilisée toute l'année) 2 parcs bien aménagés avec des aires de repos et des commodités. La municipalité prévoit en aménager un 3e. Il y a une bonne cohabitation entre les vélos et les automobilistes Présence de brigadiers Pas de problématiques liées à la vitesse des automobilistes dans la municipalité Présence d'un marché d'alimentation qui offre des produits locaux (blé d'inde, fraises, bleuets) Auto cueillette Locaux disponibles et accessibles pour les aînés (cuisines, salles, etc.)	Les trottoirs sont moins bien aménagés pour les aînés, par contre, une réfection est prévue. Les trottoirs ne sont pas déneigés en hiver, ce qui minimise la sécurité dans les déplacements, surtout chez les enfants qui marchent pour se rendre à l'école

Recommandations

1- **L'aménagement d'un parc** peut nécessiter certains équipements ou commodités. Pour vous aider financièrement à la réalisation de ce projet inscrit à votre politique familiale, vous disposez de quelques subventions à votre portée :

- ✓ Fonds AgriEsprit de Financement agricole Canada
  www.fcc.fac.ca/fr/aboutus/responsability/agrispiritfund_f.asp
  Financement jusqu'à 25 000 $
  Contactez Marie-Claude Dubé, agente de développement rural du CLD de L'Érable pour plus de détails et obtenir du soutien.

- ✓ Programme Nouveaux Horizons pour les aînés
  www.hrsdc.gc.ca/fra/aines/financement/index.shtml
  Financement jusqu'à 25 000 $
  Contactez Marie-Claude Dubé, agente de développement rural du CLD de L'Érable pour plus de détails et obtenir du soutien.

- ✓ Pacte rural du CLD de L'Érable
  Date limite d'appel de projets : fin octobre 2013

Contactez Isabelle Fillion, chargée de projet du Pacte rural pour le CLD de L'Érable pour plus de détails et obtenir du soutien.

2- La municipalité pourrait également collaborer avec l'école pour **améliorer le parc-école** et offrir un aménagement adapté pour les jeunes.

- ✓ La Mesure d'embellissement des cours d'école pourrait vous être utilise pour stimuler la pratique sécuritaire d'activités physiques par les élèves.
  Contactez Marie-Claude Dubé, agente de développement rural du CLD de L'Érable pour plus de détails et obtenir du soutien.

- ✓ Le programme *Ma cour un monde de plaisir* pourrait être mis en place conjointement avec l'école et le service de garde communautaire. Ce programme vise à animer de manière autonome les enfants suite à un aménagement de l'espace dans la cour d'école.
  Pour plus d'informations, contactez Mélanie Robidas, kinésiologue pour l'Équipe de promotion des saines habitudes de vie du CSSSAE.

3- Afin d'assurer des déplacements actifs (à pied ou à vélo) en toute sécurité pour l'ensemble des citoyens de la municipalité, nous recommandons d'élaborer un **plan de mobilité**. Un programme existe actuellement pour soutenir et accompagner les milieux qui souhaitent améliorer l'environnement physique qui favorise la marche et le vélo. Il s'agit du programme « À pied, à vélo, ville active », dont le mandataire est Réseau Plein Air Drummond (RPAD).
Pour en savoir plus sur ce programme, vous pouvez communiquer avec Mélissa Ratelle, agente de développement d'Arthabaska-Érable en Forme. Aussi, le guide Mode d'emploi Mon école à pied, à vélo de Vélo-Québec peut être un outil adéquat. Pour vous le procurer et obtenir du soutien, communiquez avec Mélanie Robidas, kinésiologue au CSSSAE.

4- Pour la **réfection des trottoirs** le Programme d'amélioration du réseau routier municipal de Transport Québec pourrait vous venir en aide.
Pour du soutien ou un accompagnement en lien avec ce programme, contactez Marie-Claude Dubé, agente de développement rural du CLD de L'Érable.

5- Afin d'améliorer la sécurité des enfants qui vont à l'école à pied, vous pouvez mettre en place un **projet de Trottibus**, en collaboration avec la Société Canadienne du Cancer. Le Trottibus est un autobus pédestre qui permet aux enfants du primaire de marcher pour se rendre à l'école de manière sécuritaire et encadrée. Des bénévoles aînés dans la municipalité pourraient être mis à contribution, ce qui rendrait ce projet intergénérationnel et permettrait également aux aînés de bouger quotidiennement.
Pour en savoir plus, communiquez avec Mélissa Ratelle, agente de développement d'Arthabaska-Érable en Forme.

6- Il est certain que le **déneigement des trottoirs** permettrait à la population de pouvoir marcher toute l'année et augmenterait la sécurité des gens, particulièrement des jeunes qui se rendent à l'école à pied ou qui se déplacent aux abords de la cour d'école et des aînés car cela diminuerait le risque d'isolement, d'inactivité physique ou encore le risque de chute. Ces nouveaux aménagements devraient être mis en valeur durant toute l'année.

7- Il serait approprié que les résidents et les visiteurs aient accès à des aliments sains et frais via un kiosque de fruits et légumes locaux ou supra locaux. Ce kiosque pourrait être lié au marché d'alimentation situé dans la municipalité. Si cette option vous intéresse, un soutien et un accompagnement pourraient vous être fournis par Solange Thibodeau, conseillère agro-alimentaire du CLD de L'Érable puisqu'une coopérative de solidarité et diverses subventions existent pour ce type de projet.

8- Pour tout projet d'amélioration, de construction ou de réfection d'infrastructures, tel la salle communautaire, le bâtiment pour la patinoire, etc. vous pouvez déposer une demande au Programme d'infrastructures Québec-Municipalité (PIQM).
Pour toute information ou pour du soutien, consultez l'agente de développement rural du CLD de L'Érable.

Environnement politique

Conditions favorables	Défis
Présence d'un service de garde communautaire	La responsabilité des loisirs incombe seulement à une personne dans la municipalité
La présence d'arrêts à des endroits précis dans la municipalité permettent de limiter la vitesse des automobilistes	L'accès à la patinoire est limitée (horaire restrictif à respecter)
La municipalité a développé des partenariats avec l'école	Absence d'un leader pour inciter les jeunes à sortir
Plusieurs événements rassembleurs (St-Jean-Baptiste, Table d'artisanat et autres)	Absence d'un plan d'action sur le développement des loisirs dans le milieu (politique ou cadre de référence)
La municipalité ET la MRC de L'Érable ont élaboré une politique familiale incluant le MADA	Pas de point de chute pour l'approvisionnement en denrées alimentaires
ORAPÉ sert des collations santé aux enfants du primaire durant les journées d'école	

Recommandations

1- L'implication de plusieurs acteurs dans les loisirs et le développement de la qualité de vie des citoyens est primordial. Ainsi, on peut plus facilement assumer une relève, un partage des rôles et responsabilités et des échanges sur les meilleures initiatives à mettre en place. La formation d'un comité des loisirs regroupant des intervenants de différents milieux serait une belle opportunité pour votre milieu.
Si cette option vous intéresse, Marie-Claude Dubé, Isabelle Tourigny et Mélissa Ratelle pourraient vous accompagner dans cette démarche.

2- Le comité des Loisirs ou la municipalité pourrait se doter d'une **politique sur les Loisirs** ou d'un **plan d'action** afin de déterminer les pistes d'action à privilégier. Les avantages d'élaborer une politique du loisir sont les suivantes :
   - ✓ Augmenter la participation citoyenne ;
   - ✓ Mieux connaître les instances publiques en soutien à la communauté et aux besoins du milieu ;
   - ✓ L'apport de l'activité physique, du sport et du plein air dans le développement de la personne et de la communauté ;
   - ✓ Développer le partenariat ;
   - ✓ Soutenir les bénévoles et leur engagement ;
   - ✓ Structurer les démarches du comité pour faciliter le développement de services plus adaptés pour les jeunes, les adultes, les familles et les aînés ;
   - ✓ Promouvoir les infrastructures et les sites de plein air de la municipalité ;
   - ✓ Faciliter la transmission des orientations de la municipalité malgré le roulement du personnel, des bénévoles et des membres du comité.

   Si cette option vous intéresse, vous pouvez contacter Mélissa Ratelle, agente de développement d'Arthabaska-Érable en Forme qui saura vous orienter pour des subventions et un soutien adéquat,

3- L'intervenante en loisirs du service de garde communautaire devrait participer à la **Table des intervenants en loisirs, organisée par Loisirs Sports Centre-du-Québec (LSCQ)** afin de faciliter les liens avec les autres milieux, le partage d'informations et de stratégies, ainsi que d'assurer la formation continue de ses compétences.
   Pour en savoir plus sur cette table des intervenants en loisirs, vous pouvez contacter Mélissa Ratelle, agente de développement d'Arthabaska-Érable en Forme ou Martine Ayotte, agente de développement du LSCQ.

   De plus, il serait intéressant de **bonifier l'apport du service de garde communautaire dans la coordination des activités offertes** dans la municipalité pour toute l'année. De cette façon, le soutien aux bénévoles, la promotion des activités, la coordination des loisirs en seraient grandement améliorés. Des programmes existent pour vous aider à bonifier la coordination des loisirs :

   - ✓ Programme de soutien à des projets issus des communautés en matière de conciliation travail-famille – Garde estivale et grands congés scolaires
     Date limite de projet : mai 2014
     Pour du soutien ou un accompagnement, contactez Marie-Claude Dubé, agente de développement au CLD de L'Érable.

4- La municipalité devrait favoriser **l'implication de jeunes du Comité 12-18** et de leaders engagés dans la mise en place d'activités accessibles pour les jeunes afin d'améliorer la participation de cette clientèle. Les jeunes devraient être interpelés régulièrement pour favoriser leur implication et leur participation. Des suggestions de campagnes sont proposées dans le volet « Environnement socioculturel ».

5- La municipalité de Laurierville pourrait être précurseur en montrant l'exemple au niveau de la saine alimentation durant les événements municipaux comme le demi-marathon des générations. En effet, afin **d'offrir un choix santé à la population**, il existe un guide pratique au CSSSAE qui

pourrait vous être utile. Malgré que ces menus proposés sont simples et peu coûteux, il serait intéressant de mettre à profit Partenaires 12-18, les Fermières ou encore les jeunes de l'école pour la conception et la préparation de ces menus. Et pourquoi ne pas proposer une activité intergénérationnelle ? La Table d'artisanat et la fête de la St-Jean-Baptiste seraient des événements propices à un essai.
La nutritionniste de l'équipe des saines habitudes de vie du CSSSAE pourra vous accompagner et vous soutenir dans cette initiative. De plus, Solange Thibodeau, responsable de la coopérative de solidarité agroalimentaire de L'Érable et Arthabaska pourrait vous venir en aide pour avoir accès à des aliments locaux, frais et sains.

6- Pour faciliter l'approvisionnement alimentaire dans votre milieu tout en améliorant les relations sociales et intergénérationnelles, nous vous suggérons de réaliser un jardin communautaire. Ce lieu favorise les relations sociales, le partenariat, la collaboration, l'éducation et l'accessibilité à des aliments sains et frais. De plus, dans la municipalité de Saint-Léonard-d'Aston, des bacs ont été installés à différentes hauteurs pour que les jeunes, les adultes et les aînés puissent participer. En plus d'être pratiques, ces bacs sont esthétiques et donnent un aspect architectural au lieu choisi.
Des subventions existent et des partenariats sont possibles. Contactez l'agente de développement d'Arthabaska-Érable en Forme pour en savoir plus.

L'accessibilité aux aliments sains pourrait être améliorée également par l'entremise de l'organisme ORAPÉ qui pourrait installer un point de chute de denrées alimentaires à Laurierville. De plus, l'expérience des paniers bio tirés des jardins d'Inverness démontre qu'il serait possible d'en faire autant à même les producteurs de Laurierville et des environs.
Pour plus d'informations, contactez la responsable de la Coopérative de solidarité alimentaire de L'Érable.

Environnement économique

Conditions favorables	Défis
La municipalité paye les frais de non-résidents pour que les citoyens profitent et utilisent les infrastructures supra-locales Tarifs avantageux dans le camp de jour et dans la plupart des activités La municipalité prête gratuitement les locaux pour les aînés et certains groupes La municipalité possède de l'équipement pour la patinoire et la balle La municipalité partage plusieurs équipements avec l'école	Proposer un transport à moindre coût pour les gens qui souhaitent utiliser les infrastructures supra-locales

Recommandations

1- Des subventions existent et peuvent vous aider pour l'achat de matériels. Il serait intéressant que ces équipements soient partagés entre l'école et la municipalité pour maximiser leur utilisation :

- ✓ Fonds AgriEsprit de Financement agricole Canada
  www.fcc.fac.ca/fr/aboutus/responsability/agrispiritfund_f.asp
  Financement jusqu'à 25 000 $
  Contactez Marie-Claude Dubé, agente de développement rural du CLD de L'Érable pour plus de détails et obtenir du soutien.

- ✓ Programme Nouveaux Horizons pour les aînés
  www.hrsdc.gc.ca/fra/aines/financement/index.shtml
  Financement jusqu'à 25 000 $
  Contactez Marie-Claude Dubé, agente de développement rural du CLD de L'Érable pour plus de détails et obtenir du soutien.

- ✓ Programme de soutien aux installations sportives et récréatives du Fonds pour le développement du sport et de l'activité physique
  www.mels.gouv.qc.ca/sections/fondDeveloppement/
  Contactez Marie-Claude Dubé, agente de développement rural du CLD de L'Érable pour plus de détails et obtenir du soutien.

2- La municipalité défraie déjà les frais de non-résidents pour l'usage des équipements supra-locaux (Mont Apic, Parc des Grandes Coulées, piscine de Princeville). Il serait intéressant d'offrir des journées de promotion de ces équipements afin de les faire connaître à la population en mettant à la disposition de la population un transport spécial. La semaine de relâche et les journées pédagogiques sont des moments intéressants à exploiter, tout comme les campagnes sociétales (Plaisirs, d'hiver, la Journée nationale du sport et de l'activité physique, Défi santé 5/30) pour mettre en valeur ces infrastructures. Il est à noter que le Transport collectif de L'Érable pourrait être mis à contribution pour cette initiative.
Contactez Marie-Claude Dubé, agente de développement rural du CLD de L'Érable pour plus de détails et obtenir du soutien.

3- Dans le cadre d'un événement hivernal (exemple : un carnaval), vous pouvez emprunter gratuitement les raquettes pour adultes et enfants à Arthabaska-Érable en Forme. Vous pouvez contacter l'agente de développement d'Arthabaska-Érable en Forme pour en faire la réservation.

4- Afin d'avoir une banque d'équipements variés qui pourraient être mis à la disposition des citoyens, une collecte municipale de matériels inutilisés mais réutilisables pourrait être envisagée.

Environnement socioculturel

Conditions favorables	Défis
La municipalité offre des activités variées: balle, patinoire, aquaforme, initiation à la natation, karaté, Zumba, danse western	Risque d'éclatement de la clientèle (augmenter l'offre amène une diminution de l'achalandage aux activités)
Personnes qualifiées et formées qui coordonnent le camp de jour et les cours de natation	Soutenir le travail des bénévoles en leur donnant des outils pratiques et une coordination appropriée
Présence de clubs : viactive et marche	Assurer une mise à jour des compétences et des connaissances de l'intervenante en loisirs par des formations
La municipalité tente de faciliter le travail des bénévoles, de les informer et prête des salles gratuitement pour les rencontres	Reconnaître régulièrement le travail des bénévoles à travers des activités spéciales, simples et peu coûteuses
Prix Dollard-Morin pour le bénévole de l'année	Créer des occasions d'échange entre les citoyens et les organisations présentes sur le territoire
Présence d'un comité 12-18 et de plusieurs groupes d'intérêt dans le milieu	

Recommandations

1- La municipalité devrait maintenir sa soirée reconnaissance pour les bénévoles tel qu'indiqué dans la politique familiale municipale. Voici quelques suggestions pour s'assurer de bien soutenir ou de récompenser les bénévoles clés de leur milieu de manière différente :

- ✓ Faire une mention spéciale sur un bénévole qui apporte une grande contribution au milieu dans le journal local
- ✓ Offrir des formations aux bénévoles (exemple : RCR)
- ✓ Soumettre la candidature d'un bénévole de l'année
- ✓ Montrer les résultats des efforts faits par les bénévoles
- ✓ Offrir un encadré d'une photo du bénévole à l'œuvre
- ✓ Soumettre une candidature d'un bénévole aux concours « J'affiche mes valeurs » et « Gens de cœur »
  http://www.actionbenevolequebec.qc.ca/concours.php
  http://www.radio-canada.ca/television/concours/gens_de_coeur/

Il est intéressant de noter que le bénévolat en famille est de plus en plus couru et qu'il ne faut pas oublier d'interpeler les jeunes lorsqu'on souhaite mettre en œuvre une activité ou un événement. Les gens qui s'impliquent veulent avant tout faire une différence, établir des liens, développer des compétences et développer un sens du devoir accompli. Il faut savoir respecter leur temps, les encadrer efficacement et surtout, s'assurer qu'ils auront du plaisir. L'intervenante en loisir devrait faciliter le travail des bénévoles pour s'assurer de leur engagement continu.

2- La municipalité devrait s'assurer de **soutenir adéquatement les bénévoles** à l'aide d'outils et d'une coordination appropriée. Le Centre d'Action Bénévole et Loisir-Sport Centre-du-Québec offrent des outils précieux qui facilitent grandement le travail de ces derniers et que vous pourriez mettre à leur disposition. De plus, il serait intéressant d'assurer la coordination des bénévoles par l'optimisation de la ressource en loisir. En facilitant le travail des bénévoles et en axant davantage leur participation sur les raisons qui les poussent à s'investir citoyennement dans leur milieu, on favorise la contribution régulière des gens et leur intérêt à continuer.

3- Il faudrait que la municipalité favorise la création de **moments privilégiés pour les échanges** et la pratique d'activités de toutes sortes et pour tous âges. La municipalité offre plusieurs cours ou ateliers mais il ne faut pas négliger la mise en place d'événements qui permettent de tisser des liens et favorise une plus grande participation des gens à la communauté. Par ailleurs, les activités intergénérationnelles sont encouragées dans la politique familiale de la MRC de L'Érable. Voici des suggestions possibles :

- ✓ **Fête des voisins** pour développer un sentiment d'appartenance avec les gens du quartier, et assurer la cohabitation harmonieuse. Suite à la fête des voisins, il est possible de mettre en place le programme « **Voisins solidaires** » qui permet aux citoyens de s'échanger des services. Un bon moyen de développer une collaboration et une proximité entre les gens. Cette relation entre voisins permet d'augmenter le sentiment de sécurité dans le milieu.
  Contactez Isabelle Tourigny, organisatrice communautaire au CSSSAE, pour tout renseignement et pour obtenir un soutien.

- ✓ **Campagne Plaisirs d'hiver** pour promouvoir les activités de la municipalité ainsi que les équipements supra-locaux (de la mi-janvier à mars). C'est également le moment de créer un carnaval d'hiver riche en activités diverses et amusantes pour tous. Pour de plus amples informations, communiquez avec Mélanie Robidas, kinésiologue au CSSSAE.

*C'est sous le thème **Allez jouer dehors, soyez actifs. Vivez les plaisirs d'hiver !** que Kino-Québec vous encourage à participer à l'événement qui se tient **de la mi-janvier au début mars.***

*Cette grande fête de l'hiver vise à accroître la pratique d'activités physiques hivernales chez les familles et à mettre en valeur vos installations et vos activités. Faites comme les 95 municipalités et organismes de loisirs qui, en Mauricie et au Centre-du-Québec l'an dernier, ont offert une myriade **d'activités hivernales gratuites ou peu coûteuses aux familles**.*

En participant à l'événement, vous pourrez bénéficier gratuitement du soutien promotionnel suivant :

- *Un soutien-conseil de la part d'un intervenant en promotion de l'activité physique.*
- *Une affiche promotionnelle Plaisirs d'hiver.*
- *Une publication de vos activités Plaisirs d'hiver dans votre hebdo local.*
- *La promotion de vos activités sur le site Internet suivant :*

PLAISIRS D'HIVER

- ✓ **Défi Santé 5/30 Équilibre** (du 1er mars à la mi-avril). Les inscriptions municipales ont lieu jusqu'à la mi-décembre. Par la suite, la municipalité est invitée à inciter sa population à s'inscrire pour suivre le défi et mettre en place des activités qui inciteront les gens à sortir, à bouger, à bien manger et à découvrir de nouvelles activités. Les municipalités qui se distinguent sont récompensées.

Défi Santé
5|30|Équilibre

> ***Le Défi Santé, c'est 6 semaines de motivation pour améliorer ses habitudes de vie, du 1er mars au 11 avril****.*
>
> *En s'inscrivant, vous visez l'atteinte de 3 objectifs durant ces 6 semaines :*
>
> - *<u>L'objectif 5</u> : mangez au moins* ***5 portions de fruits et légumes*** *par jour*
> - *<u>L'objectif 30</u> : bougez au moins* ***30 minutes*** *par jour*
> - *<u>L'objectif Équilibre</u> : faire le point sur ses* ***forces*** *pour un* ***meilleur équilibre de vie***

- ✓ **Journée nationale du sport et de l'activité physique** Au Québec, on bouge!



La Journée nationale du sport et de l'activité physique et sa fin de semaine active constituent une occasion pour la population de découvrir ou de redécouvrir le plaisir de bouger, de faire du sport et de pratiquer des activités physiques en tout genre et en tout lieu. En tenant ces événements au printemps, le gouvernement du Québec souhaite rappeler aux Québécoises et aux Québécois combien il est agréable et facile d'adopter un mode de vie physiquement actif à cette période de l'année et de le maintenir toute l'année.
Le premier jeudi de mai, la population est invitée à pédaler, marcher, patiner, sauter, danser et surtout, à courir la chance de devenir active pour la vie!

- ✓ **Campagne** 

Il s'agit d'une campagne qui vise à faire bouger les jeunes de 9 à 13 ans dans le plaisir. Les statistiques le démontrent : le taux d'abandon d'un sport est plus élevé vers l'âge de 11 -12 ans. Wixx, c'est une attitude, une façon d'être, un mode de vie physiquement actif. Les milieux sont invités à promouvoir Wixx et à inciter les jeunes de 9 à 13 ans à bouger, à venir « crinquer leur pouls » à travers diverses activités proposées, des jeux libres et des déplacements à pied et à vélo.
Pour en savoir plus sur cette campagne, communiquez avec l'agente de développement d'Arthabaska-Érable en Forme.

4- La municipalité offre une variété intéressante d'activités pour la population. Bien que cela soit souhaitable pour tous les milieux, il peut également causer une baisse de l'achalandage puisque la clientèle est divisée au travers de la programmation. Avant d'offrir de nouveaux cours structurés et animés, il vaut mieux commencer par **ce que vous avez déjà dans votre milieu**. Vous pouvez donc réfléchir à ces facteurs clés de succès :

- ✓ Mettre à l'avant-plan les richesses du patrimoine naturel et récréatif
- ✓ Se positionner sur la nature des équipements
- ✓ Adaptabilité des infrastructures ou des sites en fonction des capacités
- ✓ Tenir compte des réalités familiales (temps disponible, finances)
- ✓ Réfléchir au coût d'opération (animation, entretien)
- ✓ Favoriser une qualité de l'expérience loisir

La population d'aujourd'hui est spontanée et souhaite avoir accès à des activités de loisir « Quand je veux ! Avec qui je veux ! » L'apologie du plein air est donc à privilégier. Favorisez les buttes pour glisser, les sentiers pédestres, etc.

5- Vous pourriez mettre en place un **« Restaure Café »**. Il s'agit d'une initiative mise en place à Lévis où des experts dans différents domaines habitant la municipalité, offrent leurs services à la population lorsqu'ils ont des objets à réparer. Il s'agit d'une stratégie intéressante pour intégrer les nouveaux arrivants et les immigrants. De plus, vous pouvez également mettre à profit les connaissances des gens de votre milieu dans des ateliers offerts, des conférences, du partage. Cela permet de créer des liens et de resserrer l'esprit d'entraide. C'est un peu comme un nouveau « perron d'église ».
Si cette initiative vous intéresse, contactez Marie-Claude Dubé, agente de développement au CLD de L'Érable ou Isabelle Tourigny, organisatrice communautaire au CSSSAE.

6- Favoriser la participation de l'intervenante en loisir à la **Table des intervenants en Loisirs**, animée par Loisirs Sports Centre-du-Québec. Cette table permettra à la ressource de recevoir des formations qui lui seront utiles dans son quotidien, de partager des outils avec d'autres intervenants et de créer des liens qui facilitera la réalisation de ses fonctions.
Pour tout renseignement, contacter Mélissa Ratelle, agente de développement d'Arthabaska-Érable en Forme ou Martine Ayotte, agente de développement de Loisirs Sports Centre-du-Québec

7- La cuisine est souvent un lieu privilégié pour les échanges. Elle rassemble les gens et suscite un partage. Il serait possible de mettre en place des **ateliers culinaires intergénérationnels** où les Fermières, Partenaires 12-18 et le service de garde communautaire seraient mis à contribution. De plus, les aliments tirés du jardin pourraient être mis en valeur lors d'une telle activité adaptée à tous les âges.
Si cette initiative vous intéresse, contactez l'agente de développement d'Arthabaska-Érable en Forme ou la nutritionniste du CSSSAE qui saura vous accompagner dans la démarche ou vous diriger vers les ressources du milieu.

Communications

Conditions favorables	Défis
Le journal municipal Le Poliquin est très lu par la population	Sensibiliser la population aux saines habitudes de vie
La municipalité a mis sur pied un site Internet et une page facebook	Assurer une utilisation efficiente des outils disponibles pour informer les jeunes, les familles et les aînés
La municipalité a consulté la population dans le cadre de la politique familiale et il y a eu un taux de participation très intéressant	Améliorer la participation de la population aux activités proposées

Recommandations

1- La municipalité pourrait faire de la sensibilisation sur les saines habitudes de vie et les campagnes sociétales (présentées plus haut) dans le journal municipal, puisque ce dernier est lu et perçu comme une référence par les citoyens. Des capsules vous seront fournies sur demande afin d'inclure un encadré sur l'activité physique et la saine alimentation. Contactez Mélanie Robidas, kinésiologue au CSSSAE pour recevoir ce « clé en main ».

2- Bien que la municipalité offre des activités variées tout au long de l'année, elle aurait avantage à faire une programmation claire des activités possibles pour chaque saison et de diffuser cette programmation à différents endroits.

- ✓ Journal Le Poliquin
- ✓ Facebook pour rejoindre les jeunes
- ✓ Dépliants de couleurs distribués dans les foyers
- ✓ Promotion sur le site Internet de la Municipalité (permet également une utilisation du site)
- ✓ Promotion dans les endroits stratégiques (dépanneur, caisse, centre communautaire, bureau de poste, école, etc.)

3- Quant à la problématique de participation, il serait intéressant que la municipalité mette à la disposition des citoyens une boîte à suggestions afin de les impliquer dans le choix des activités proposées. De plus, les activités familiales et multi générationnelles assureraient un taux de participation plus grand. Les activités disponibles devraient également être présentées aux nouveaux résidents afin de faciliter leur intégration et leur participation à la vie collective.

Sommaire du rapport et des recommandations pour la municipalité de Laurierville

Le présent sommaire est issu du rapport faisant état des données recueillies en lien avec les environnements qui favorisent les saines habitudes de vie des citoyens. Ce projet a été mené par Arthabaska-Érable en Forme, en collaboration avec le Centre de Santé et de services sociaux Arthabaska-Érable (CSSSAÉ) et du Centre Local de Développement de la MRC de L'Érable (CLD). Vous trouverez ci-dessous un résumé de certaines données et des recommandations possibles à mettre en place dans votre milieu. Ces éléments sont inscrits à titre de suggestions ou de possibilités et le milieu a la chance d'initier ou non les démarches de mise en œuvre.







Environnement physique

- Aménager un parc accessible et adapté aux besoins (subventions disponibles)
- Améliorer et animer le parc-école en collaboration avec l'établissement scolaire
- Élaborer un plan de mobilité en collaboration avec Réseau Plein Air Drummond pour assurer la sécurité des piétons et des cyclistes, en particulier des jeunes qui se déplacent vers l'école.
- Faire la réfection des trottoirs pour favoriser la marche et la sécurité des piétons
- Déneiger les trottoirs de la municipalité durant la saison hivernale pour sécuriser les gens qui se déplacent à pied, ainsi que les écoliers.
- Mettre en place un trottibus pour les déplacements des jeunes vers l'école, en impliquant différents acteurs de la communauté
- Favoriser l'aménagement d'un kiosque de produits locaux sains et frais lié au marché d'alimentation

Environnement politique

- Mettre en place un comité des loisirs afin de partager les responsabilités liées à la planification, la réalisation et la coordination des activités de la municipalité
- Favoriser la participation de l'intervenante en loisir à la Table des intervenants en loisirs orchestrée par le LSCQ afin d'assurer le développement de ses compétences, d'améliorer le transfert d'outils et le réseautage
- Maximiser le service de garde communautaire pour assurer une coordination des loisirs durant toute l'année
- Élaborer une politique sur les loisirs ou un plan d'action afin de déterminer les orientations et les actions à privilégier par la municipalité et le comité des loisirs
- La municipalité pourrait choisir d'offrir un choix de menu santé lors des événements municipaux afin de faire la promotion de la saine alimentation et de montrer l'exemple
- Impliquer spontanément les jeunes et le comité 12-18 aux décisions et à l'organisation des activités du milieu
- Mettre sur pied un jardin communautaire intergénérationnel, en lien avec la politique familiale et en collaboration avec l'école, le service de garde communautaire, Partenaires 12-18, les Fermières, etc.
- Faciliter la mise en place d'un point de chute pour les denrées alimentaires en collaboration avec ORAPÉ ou les paniers Bio d'Inverness.

Environnement économique

- Collaborer avec l'école pour faciliter l'acquisition d'équipements variés et le rendre accessible à la population
- Utiliser des subventions existantes pour faire l'achat d'équipements divers
- Poursuivre le paiement des frais de non-résidents pour inciter les gens à utiliser les équipements supra-locaux (Mont Apic, Parc des Grandes Coulées, piscine de Princeville)
- Offrir des journées de promotion des équipements supra-locaux pour les faire connaître en mettant à la disposition des citoyens un transport spécial. Cette initiative démontrerait également la vision de la municipalité de promouvoir les sites existants et les saines habitudes de vie de sa population
- Emprunter les raquettes, gracieuseté de Kino-Québec, auprès d'Arthabaska-Érable en Forme lors d'une activité hivernale

Environnement socioculturel

- Maintenir la soirée reconnaissance pour les bénévoles afin de souligner leur implication. D'autres possibilités de récompenses ou de reconnaissances sont également proposées dans le rapport
- Soutenir les bénévoles adéquatement en assumant la coordination des activités
- Mettre en place des occasions d'échanges entre les citoyens pour créer un sentiment d'appartenance :
    - Fête des voisins / Voisins solidaires
    - Campagne Plaisirs d'hiver
    - Défi Santé 5/30 Équilibre
    - Journée nationale du sport et de l'activité physique
    - Campagne Wixx
- Optimiser les éléments que l'on retrouve dans le milieu et miser davantage sur le plein air et les activités réalisables en tout temps
- Mettre en place un lieu de troc de services entre les citoyens afin de mettre à profit les compétences et les connaissances des gens de la place. Créer un nouveau « perron d'église »
- Favoriser la mise en place d'ateliers de cuisine intergénérationnels en collaboration avec les Fermières, Partenaires 12-18 et le service de garde communautaire. Si le jardin est réalisé, ce serait également le temps de mettre en valeur les fruits, légumes et herbes cultivés

Communications

- Utiliser le bulletin municipal pour sensibiliser les citoyens à l'importance des saines habitudes de vie grâce à des capsules
- Promouvoir une programmation claire des activités selon chaque saison. Des stratégies de diffusion vous sont données dans le rapport
- Utiliser une boîte de suggestion et la faire connaître afin de favoriser la participation citoyenne